Gegrillte Polenta mit Balsamico-Pilzen

Mit dem Rezept für Gegrillte Polenta mit Balsamico-Pilzen lässt sich etwas ganz besonderes zubereiten, das nicht alltäglich auf den Tisch kommt. Eine Überraschung für die Gäste!

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 25 min

Ruhezeit: 60 min

Gesamtzeit: 1,9 h



Zutaten

6 Stk.	Portobello Pilze
2 Stk.	Knoblauchzehe
2 EL	Petersilie (frisch und gehackt)
1 EL	Thymian (frisch und gehackt)
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
150 ml	Balsamicoessig
150 ml	Olivenöl (kaltgepresst)
70 ml	Gemüsebrühe
12 Stk.	Polenta (geschnitten)
1 Tasse	Rucola
	Parmesan (zum Garnieren)

Zubereitung

1. Für die Gegrillte Polenta mit Balsamico-Pilzen als Erstes die Portobellos von den Stängeln trennen und sehr große Pilze halbieren.

2. Dann Knoblauch schälen, sehr fein hacken und in eine Schüssel geben. Die Pilze zusammen mit den Kräutern, Salz, Pfeffer, Essig und Öl zugeben, alles gut vermischen. Die Schüssel nun mit einem Küchentuch abdecken und für etwa eine Stunde bei Raumtemperatur ruhen lassen.

3. Dann den Außengrill anheizen und auf mittelhohe Temperatur bringen.

4. Währenddessen die Pilze aus der Marinade nehmen, auf einen Teller legen und beiseitestellen. Die restliche Marinade in einen kleinen Topf geben und zum Kochen bringen. Danach die Hitze reduzieren und etwa eine Minute weiterköcheln lassen. Dann Gemüsebrühe zugeben, nochmals zum Kochen bringen, Hitze wieder reduzieren und die Marinade für etwa zehn Minuten weiterköcheln lassen, bis sie ungefähr auf die Hälfte reduziert ist. Anschließend den restlichen Essig und das restliche Öl zugeben, einrühren und vom Herd nehmen.

5. Nun die Polenta in drei bis vier zentimetergroße Stücke schneiden. Die Stücke dann von allen Seiten mit Öl bepinseln und auf den Grill legen. Nach etwa sechs bis acht Minuten wenden und für weitere sechs bis acht Minuten weitergrillen. Die Portabellos währenddessen auf eine Stelle des Grills mit geringerer Hitze legen, die Pilze etwa für zehn Minuten grillen, dabei mehrmals wenden.

6. In der Zwischenzeit Rucola waschen und auf den Tellern anrichten. Von dem Parmesankäse mit einer Reibe schöne Stücke abhobeln.

7. Die Polenta und die Pilze dann vom Grill nehmen und auf den Rucolatellern anrichten. Mit der Marinadensauce übergießen und zuletzt die Parmesanhobel darüber streuen. Sofort servieren.

Tipp

Die Gegrillte Polenta mit Balsamico-Pilzen schmeckt besonders an heißen Sommertagen schön erfrischend. Eine gesunde und leckere Alternative zu dem üblichen Grillgut. Gerade Pilzliebhaber sind hiervon begeistert. Absolut fleischlos ist das Gericht natürlich auch für Vegetarier geeignet.